

## 第5回 オリーブ薬局 健康相談会

H27年9月5日（水）健康相談会を開催致しました。  
今回は8名の方にご参加いただきました。

### ◎白米の25倍の食物繊維「もちり麦」

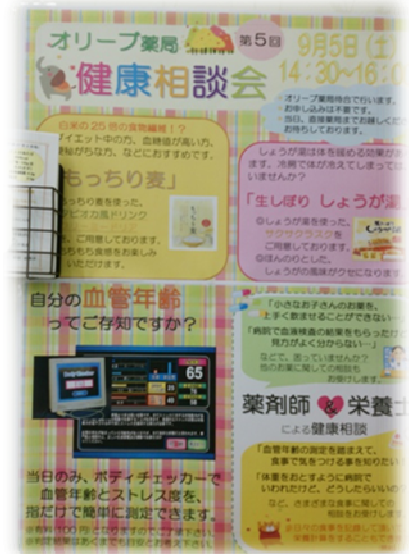
もちり麦を使用したグラタンと、抹茶ソイラテを試食して頂きました。

どちらも、当薬局の栄養士考案のオリジナルレシピで、新しいもちり麦の食べ方として皆様にご紹介いたしました。もちり麦のプチプチした食感がアクセントになり、好評でした。

### ◎しょうが入りで体が温まる

#### 「生しばり しょうが湯」

しょうが湯を使用したラスクを試食して頂きました。レシピが簡単で、しょうが湯が苦手な方でも、食べやすいと好評でした。「孫に作ってあげたい。」とおっしゃり、レシピを手にとって下さった方もいらっしゃいました。



試食の他には、ボディチェッカーを使用して血管年齢やストレス度などを測定しました。

また、結果を踏まえて薬剤師・栄養士による健康相談を行いました。試食を召し上がって頂きながら、なごやかな雰囲気でお話をすることができました。

健康相談会で、普段疑問に思っていることを解消することができて嬉しいと言ったご意見を毎年頂き、大変嬉しく思っております。

今後もよりよい会となるよう、努力してまいりますので、ご意見・ご要望などございましたら、ぜひお聞かせ下さい。お待ちしております。

